



servimedia

LIDER EN INFORMACIÓN SOCIAL

noticias | sociedad

SEGURIDAD VIAL

REPORTAJE

## Un día con Pablo en el Hospital Nacional de Paraplégicos

- Un siniestro con moto en una vía interurbana de Valladolid le obliga a superarse día a día para recuperar su movilidad



Pablo Real y el fisioterapeuta José Luis Campos | Foto de Servimedia



27 FEB 2023 | 10:41H | TOLEDO

## SERVIMEDIA

El reloj pasaba de las siete de la tarde del pasado 15 de octubre cuando la vida de Pablo Real, de 21 años, cambió radicalmente. Viajaba en moto por un camino de tierra y no pudo llegar a su pueblo, Peñaflor de Hornija, una pequeña localidad vallisoletana de unos 350 habitantes. Cuatro meses después, con una lesión medular, se afana día a día por abandonar la silla de ruedas y salir andando del Hospital Nacional de Paraplégicos, en Toledo.

“No me acuerdo de nada, solo de coger la moto y de que en el Hospital Clínico de Valladolid me hicieron el control de alcohol y drogas. Nada más”, apunta Pablo a Servimedia en el centro hospitalario toledano, uno de los dos de referencia acreditados por el Ministerio de Sanidad para recibir a pacientes con lesión medular de toda España, junto con el Institut Guttmann, de Barcelona.

El Hospital Nacional de Paraplégicos, con 210 camas que habitualmente están ocupadas, fue inaugurado el 7 de octubre de 1974 por los entonces príncipes de España, Juan Carlos de Borbón y Sofía de Grecia. Desde sus inicios y hasta 2009 se encadenaron 36 años en los que los siniestros de tráfico fueron la principal causa de ingreso en ese hospital, desplazados de forma casi ininterrumpida por las caídas casuales a partir de 2010, gracias al carné por puntos, un régimen sancionador más efectivo para cobrar las multas y un endurecimiento del Código Penal, que empezaban a reducir las cifras de víctimas de la violencia vial en España.



## DESPERTAR EN EL HOSPITAL

El sol cae sobre Toledo en un primaveral día de invierno de 2023. Varios pacientes aprovechan el adelantado tiempo primaveral a la puerta del hospital mientras dentro se entremezclan familiares, sanitarios y pacientes. Pablo se aproxima a la cafetería en su silla de ruedas después de haber desayunado en su habitación. Esta vez, no pudo acudir a la piscina por un contratiempo médico. Afable, positivo y resuelto, se desplaza por el hospital, en ocasiones haciendo el caballito, saludando a otros ‘compañeros’ y luciendo su mejor sonrisa.

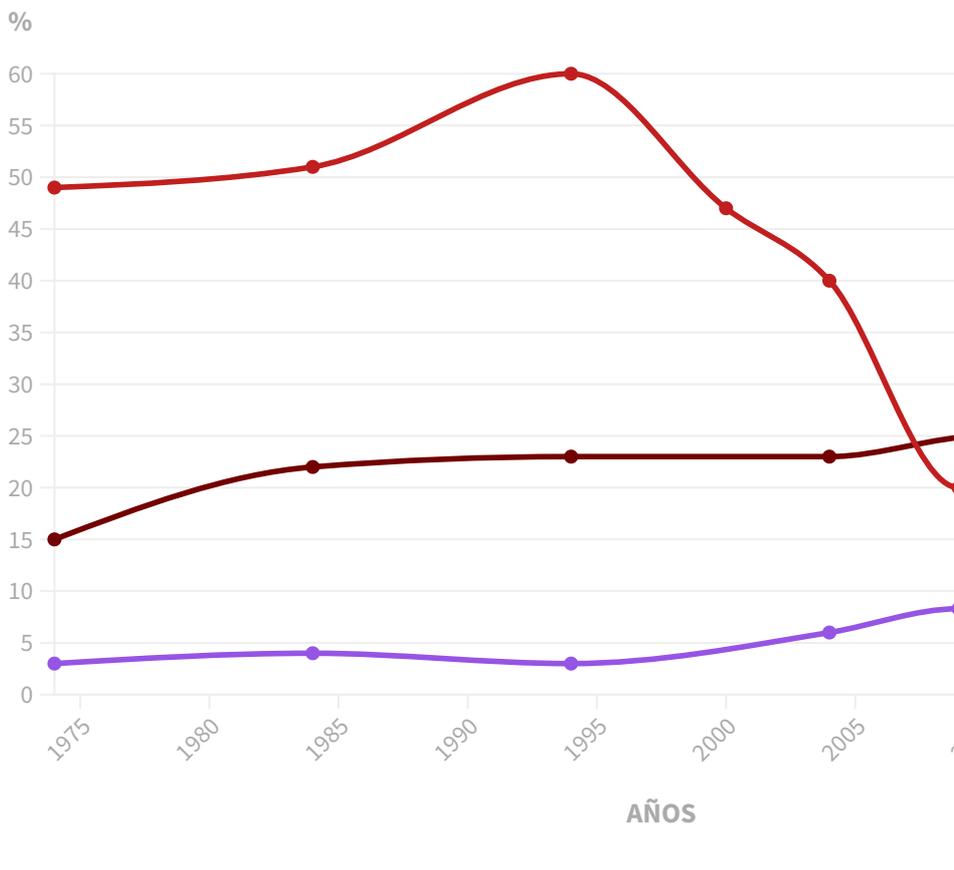
“Mi infancia fue muy buena. Jugaba al fútbol en la calle y tuve más libertad y no tanta tecnología al criarme en un pueblo. Aquello era más de tocar las cosas, de vivirlas y no estar encerrado frente a una pantalla”, recuerda.

Aquellos años terminaron por despejar la incógnita de qué haría de mayor. Su padre es agricultor y ocasionalmente le ayudaba en el campo cuando había campaña de cereales, habitualmente en verano. “Con el tiempo me di cuenta de que lo que quería era dedicarme al campo”, relata.

En octubre de 2021 se compró una moto de enduro, afición que le transmitió su tío y su hermano. Desde entonces, viajaba a menudo con ella por caminos

circundantes a su pueblo. “La cogía prácticamente todos los días”, afirma. El pasado septiembre empezó a estudiar un grado superior de Paisajismo y Medio Rural. Llevaba tres años con su novia, Lucía, y ambos maduraban planes de hacer una vida común en un futuro.

### CAUSAS DE INGRESO POR LESIÓN TRAUMÁTICA EN EL HOSPITAL NACIONAL DE PARAPLÉJICOS



Fuente: Hospital Nacional de Paraplégicos



A Flourish chart

### “MI OPERACIÓN SE COMPLICÓ”

El pasado 15 de octubre, Pablo y su tío fueron en moto a La Santa Espina, un pueblo de poco más de 100 habitantes. Allí se unieron a cerca de una veintena de amantes de la moto y todos decidieron abrir gas por un camino de tierra hacia Peñaflor de Hornija, a unos 12 kilómetros.

En algún momento del trayecto, Pablo perdió el dominio de su KTM. Despertó en el Hospital Clínico de Valladolid, donde ingresó primero en la UCI. “Me acuerdo de

cuando estaba en planta, pero antes no. No encuentro en mi memoria detalles de lo que pasó, ni siquiera cuando me dijeron que no movía las piernas. La única imagen que tengo es la de acordarme de que mi operación se complicó y me tuvieron que intervenir más tarde porque en una de las fijaciones que me pusieron había un tornillo que estaba rozando la aorta. Así que me tuvieron que abrir otra vez y poner una funda en la aorta. Cuando cerraron, me dio un fallo respiratorio y me pusieron el aparato para respirar. Estuve tres días en coma. Luego me dio un trombo”, explica.

Pablo ya tenía una lesión medular torácica en las vértebras T7 y T8. Sus padres, su hermano y su novia vivieron entonces momentos muy duros, todo por un percance con la moto.

Después de tres semanas prácticamente sin moverse de la cama, el 2 de noviembre fue trasladado al Hospital de Paraplégicos de Toledo. “Aquí he notado mejoría desde que he entrado. Nadie confiaba en que me recuperara porque decían que mi lesión es completa, pero siempre he sido de cabeza muy dura y voy a salir de aquí andando, sea como sea. Notas que vas ganando sensibilidad y más movimiento en las piernas. He recuperado movilidad en el tronco, algo de equilibrio y fuerza”, comenta.

Sus padres acuden a visitarle de lunes a viernes. Los fines de semana están juntos en una vivienda alquilada en Toledo y su novia también le acompaña esos días.



## SU RUTINA

Un día normal en la vida de Pablo comienza en torno a las nueve de la mañana, cuando se despierta y desayuna. Después, estudia el curso de Paisajismo y Medio Rural que inició en septiembre. Ocasionalmente acude a la piscina y de lunes a viernes tiene fisioterapia durante una hora y media. En días alternos recibe sesiones de electroestimulación. Tras la comida, las tardes son para el estudio o alguna actividad complementaria, como el tenis de mesa. Cena hacia las ocho de la tarde, para terminar la jornada con momentos de descanso y dormir alrededor de la medianoche.

“Esto es una rutina que no te agobia. La única motivación que tengo es salir recuperado de aquí. La estancia media suele ser de seis meses y no te dicen cómo te vas a recuperar. Los médicos se curan en salud”, apunta.

Con el tiempo, Pablo ha ido mejorando. “Me han quitado alguna actividad, como terapia ocupacional para vestirme, por ejemplo, porque me han declarado independiente. Me podría apuntar a manualidades, pero no me gusta”, dice con

picardía. Hasta el pasado 15 de enero portaba un corsé para avanzar en la fijación de la columna vertebral.

El principal propósito de este joven luchador no es otro que recuperarse. “Lo que más me mola es picarme sobre lo que soy capaz de hacer. Proponerme mover algún músculo y conseguirlo, claro”, comenta orgulloso de sí mismo.

Con ánimo decidido, Pablo se traslada mediada la mañana a la sala de electroestimulación, donde se tumba en una cama y su fisioterapeuta, Montse Díaz, le coloca electrodos en diversas partes del cuerpo. Es un momento fundamental en la recuperación de los pacientes con lesión medular.

“Trabajamos la musculatura residual que queda, dependiendo del nivel de lesión del paciente. Aplicamos corrientes eléctricas sobre los músculos para que cojan más fuerza. También se utiliza para analgesia en el caso de que haya dolor, pues hay corrientes analgésicas que sustituyen la medicación”, indica Montse.

Las sesiones de electroestimulación se prolongan durante 20 minutos. Los electrodos se sitúan sobre la musculatura débil para estimular su potenciación. “Hacemos pasar la corriente de un electrodo a otro y ello hace que se contraigan las fibras musculares. El paciente tiene que hacer una contracción activa al paso de la corriente. Con Pablo trabajamos los cuádriceps y los glúteos mayores, que es donde parece que hay un poco de actividad”, apostilla.



## COMO UN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

Al lado, un murmullo incesante envuelve la sala mayor de fisioterapia. El fisioterapeuta José Luis Campos trabaja con Pablo, primero en la camilla, donde le estimula las piernas para reducir su espasticidad, juega con balones medicinales de hasta cinco kilos y lo somete a diversos ejercicios para fortalecer la musculatura.

“José Luis es el que me mete caña y pongo mucho empeño en los ejercicios”, apunta Pablo, que se afana por mantener el equilibrio sobre la camilla. Después, se coloca unos bitutores para ponerse de pie. Y se traslada hasta las paralelas, donde, frente a un espejo, intenta una y otra vez mantener el equilibrio tanteando las barras para no balancearse.

“Trabajamos el equilibrio porque es muy importante que no se caiga y haga una deambulación lo más correcta, fisiológica o funcional posible. La fuerza de la gravedad de la Tierra en el cuerpo humano está al nivel de la L2 y la L3. Él tiene que buscar un centro de la gravedad, como un bebé. Hay pacientes que van con muletas o con andadores, por etapas, conforme vayan controlando su equilibrio”,

apunta José Luis a Servimedia. “Este tío me va a hacer andar”, añade con rotundidad Pablo. “Dios te oiga”, suspira el fisioterapeuta.

Las sesiones de fisioterapia se asemejan a un entrenamiento deportivo en las que los pacientes pueden acabar cansados. “No me pierdo ninguna. Al fin y al cabo, luchas por salir andando de aquí”, recalca.

La mañana avanza rápidamente y Pablo reitera que dejará la silla de ruedas al salir del hospital. Lo tiene claro. “Tuve un compañero de habitación que se reventó el cuello haciendo parkour y no veas cómo anda el tío. Me pone negro que me digan o que den por hecho que no voy a andar. Lo normal es que te quedes en silla, pero si pones empeño y esfuerzo, y tienes la mente positiva, para adelante”, comenta.



GEN DE DIOS

Tiene grabado a fuego que una persona conocida de Valladolid le aconsejara que mantenga la positividad. “Me dijo que lo primero es la cabeza, no venirse abajo. Esto es como una montaña rusa y tienes que estar equilibrado. La mente crea un gen que se llama gen de Dios, que está asociado a lo positivo”, apostilla.

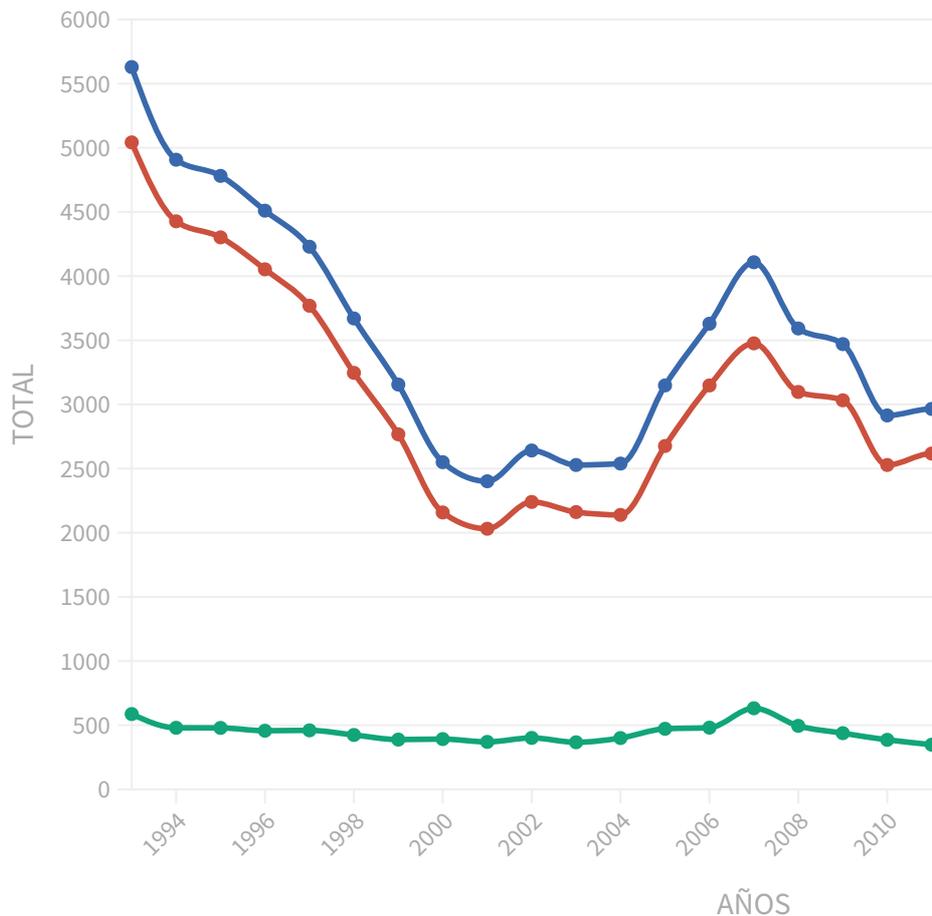
Pablo lanza un mensaje para los moteros. “Que se pongan protección. Yo solo llevaba casco, que lo rompí, y botas, que no me hicieron nada. No me partí ningún hueso en piernas ni brazos, pero sí las vértebras, que es lo importante. Que se pongan espaldera, peto y collarín. Yo no me destrocé el cuello por musculoso. Si no lo llego a tener fuerte, la recuperación me habría costado muchísimo más”, subraya.

Tras el siniestro de Pablo, su tío, su hermano y un amigo vendieron sus motocicletas. Sin embargo, el joven vallisoletano confiesa: “Estoy deseando reparar la moto y volver a cogerla. Si no lo hago es por respeto a mi familia porque sé lo que han vivido. Lo primero es recuperarme y subirme a un tractor. Mi afición era la moto, pero quiero vivir de la agricultura y para eso hace falta tener movilidad en las piernas. Sería una odisea si fuera con la silla de ruedas”.

## EVOLUCIÓN HISTÓRICA

Según datos de la Dirección General de Tráfico (DGT), contabilizados a un máximo de 30 días tras los siniestros, la accidentalidad entre los motoristas alcanzó el máximo en 1993 con 5.629 víctimas (587 fallecidos y 4.042 hospitalizados). Después, descendió ininterrumpidamente ocho años para luego repuntar hasta 2007, cuando se inició una caída -propiciada en gran parte por la entrada en vigor del carné por puntos- hasta 2010. Desde entonces, y con la excepción de la caída obvia de 2020 por las restricciones de movilidad derivadas de la pandemia del coronavirus, la curva se ha mantenido relativamente estable y repuntó en 2021.

## VÍCTIMAS POR SINIESTROS DE MOTO EN ESPAÑA



Fuente: DGT



✳️ A Flourish chart

El próximo punto de inflexión podría ser la generalización de los chalecos airbag para motoristas. La DGT proyecta invertir este año algo más de 2,5 millones de euros en comprar los primeros 3.595 elementos de seguridad de ese tipo para agentes de la Agrupación de Tráfico de la Guardia Civil.

“Si queremos promover el airbag en los motoristas, lo primero que tenemos que hacer es dar ejemplo y que sean los policías de tráfico los que nos digan cómo les va”, aduce Pere Navarro, director general de Tráfico. De hecho, este organismo del Ministerio del Interior lanzó el pasado noviembre una campaña en la que animaba a hacer del airbag para moteros el regalo estrella de las navidades.

Para Navarro, uno de los retos del futuro es “la seguridad de los motociclistas: cada año tenemos más accidentes y más muertos en moto”. La Estrategia de Seguridad Vial 2030, liderada por la DGT, marca entre sus objetivos reducir al

menos un 50% las cifras de personas fallecidas o heridas graves en moto a finales de esta década en comparación con 2019.

## CURVA ESTABLE

El caso de Pablo Real es uno de los cerca de 250 nuevos pacientes con lesión medular que ingresan cada año en el Hospital Nacional de Paraplégicos. Cerca de la mitad de ellos lo hacen por un origen traumático (caídas casuales, siniestros de tráfico o por actividad deportiva, principalmente zambullidas) o por causas médicas (una infección, un tumor, un problema vascular o inflamatorio, por ejemplo).



El doctor Ángel Gil es una de las mayores eminencias de España en el estudio de la lesión medular. Trabaja en el Hospital Nacional de Paraplégicos desde 2005 y es

su actual jefe del Servicio de Rehabilitación y responsable de la Unidad de Biomecánica y Ayudas Técnicas. Según cuenta a Servimedia, en los últimos años se ha estabilizado la cifra de pacientes ingresados por un siniestro de tráfico.

“Estamos en un periodo de estabilización después de una curva claramente descendente desde mediados de la década de 2000. Antes, el paciente habitual era una persona joven de 25 a 40 años, cuya lesión había sido causada por un accidente de tráfico y con lesión torácica o dorsal completa, sin otros problemas de salud. Ahora tenemos pacientes de edad más avanzada y muchos no se deben a accidente de tráfico”, comenta.

Respecto a quienes han tenido un siniestro vial, Gil recalca que en los últimos años han aumentado los ingresos tras un percance con moto, así como con bicicleta, en un contexto en el que “cada vez más personas practican ciclismo como afición, incluso con edad avanzada”.

El perfil de la persona con lesión medular debido a un siniestro de tráfico sigue siendo el de un hombre, joven y con lesión torácica y completa, es decir, sin posibilidad de recuperación. Gil recalca que “todavía no existe un tratamiento curativo para la lesión medular que repare ese daño, aunque sí hay cuestiones que mejoran la calidad de vida de las personas con lesiones incompletas”.

Ante un siniestro relacionado con un vehículo, la misión del hospital es recuperar a la persona lesionada para reintegrarla en su vida social, familiar y laboral. “Nuestro mensaje es positivo y pensamos que con una lesión medular se puede vivir y uno puede tener una vida plena, algunos nos comentan que incluso más plena, sobre todo los que han hecho deporte. A pesar de sufrir una tragedia en sus vidas, finalmente hay horizonte para estas personas”, agrega.

De hecho, ha habido médicos que han tenido siniestros de moto que han impartido docencia en el centro durante su estancia hospitalaria. No obstante, Gil precisa: “Nuestro mensaje es optimista, pero realista. No vamos a vender el hecho de que es una suerte tener una lesión medular, evidentemente no. Lo que es una suerte son los mecanismos personales para poder afrontar una situación compleja y nuestra misión es acompañar en ese proceso. Detrás de un accidente

de tráfico suele haber alguna compensación económica que, de alguna manera, permite a la persona adquirir una serie de productos que facilitan su vida”.

Los tratamientos con células madre o robótica permiten ser optimistas para el futuro. “Somos un hospital que quiere ser vanguardia, ya que la sociedad ha puesto a disposición de los pacientes y los profesionales este caudal de conocimiento impagable que es llevar ya casi 50 años tratando un mismo tipo de paciente”, indica Gil.

En todo caso, el doctor lanza un mensaje a los conductores para que sean precavidos, cumplan las normas, tengan el vehículo bien preparado y, por supuesto, no consuman alcohol o drogas antes de ponerse al volante. “Tener una lesión medular no es algo deseable, pero si ocurre el mundo no se acaba. Hay una vida por delante y nosotros desde el hospital intentaremos acompañar y potenciar al máximo la capacidad de la persona una vez que ha tenido una lesión medular”, comenta.

Avanza la tarde en el Hospital Nacional de Parapléjicos. Pablo aprovecha para descansar y estudiar cinco asignaturas. En su mente ronda permanentemente el sueño de abandonar Toledo por su propio pie, concluir sus estudios, volver a su pueblo, dedicarse a la agricultura y, quizá con el tiempo, volver a montar en moto. Eso sí, con mayores medidas de protección.

(SERVIMEDIA)

27 FEB 2023

MGR/pai/gja